

桜えびのかき揚げ

静岡で「桜えびのかき揚げ」と言えば、「桜えびだけで揚げたもの」を言います。

ごぼうや玉ねぎなど野菜を入れず、薄付け衣の桜えびのみで揚げ、香ばしさと風味をお楽しみください。

生桜えび



材料 (1人分: 2枚)

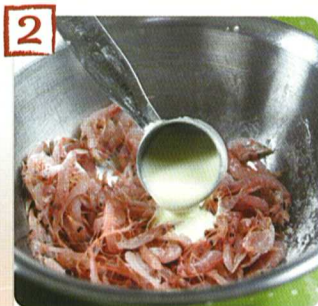
- ・生桜えび…50g
- ・小麦粉…小さじ1/2
- ・天ぷら粉+水…大さじ1

かき揚げ 1人分(50g)
カロリー: 165kcal
カルシウム: 346mg

桜えびのかき揚げ **かんたん** 上手な揚げ方



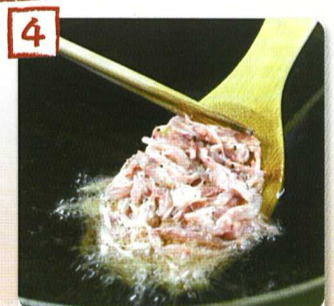
1 生桜えび50gに小さじ1/2の小麦粉をまぶします。



2 天ぷら粉を水で溶いたものを大さじ1入れて、全体をしっかりと混ぜます。



3 混ぜ終わったとき、衣の液体が下にたまっていないのが目安です。



4 木ベラを用意し、一度油に浸します。その上に③の桜えびの1/2量をのせ、つぶさないように広げます。



5 静かに油の中に木ベラごと沈めます。菜箸で手前部分を軽く押さえながら、木ベラを手前に引きます。



6 桜えびを静かに油の中に落とし、菜箸を立て軽く広げます。



7 菜箸1本で持ち上げられるまで固まってきたら裏返します。気泡が少なくなってきたらできあがりです。



木ベラでの作業が難しい場合、10cm角に切ったオーブンシートに1/2量ずつを円形に広げて、油の中に静かに落とします。

ちょっと裏技!